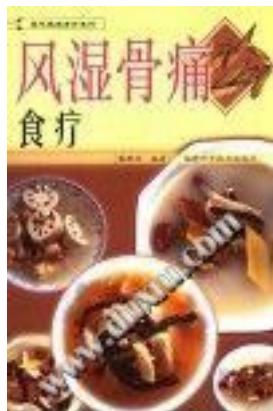


# 风湿骨痛食疗



[风湿骨痛食疗 下载链接1](#)

著者:黎照环

出版者:福建科学技术出版社

出版时间:2003-10-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787533522223

现代家庭食疗系列。

各种现代流行病影响健康，本书用中西医结合的方法，从科学角度为您揭示真相，解开疑团，并提供数十款卓有疗效的食疗食谱。

本书介绍的是风显骨痛的常识及治疗风湿骨痛的食谱。

作者介绍:

目录:一 常识篇

- 1 风寒湿痹和辩证分型
- 2 腰腿痛的中医治疗
- 3 腰腿痛的防治原则
- 4 腰腿痛的食疗原则
- 5 腰腿痛常用的食物

.....  
二 食疗篇——行气活血类

- 1 牛大力猪蹄煲
  - 2 千斤拔煲猪蹄
  - 3 五千桑仲猪蹄汤
  - 4 五指毛桃根煲猪蹄
  - 5 虫草猪骨汤
- .....

三 食疗篇——强腰健肾类

- 1 杜仲双脊汤
  - 2 二仙牛肉汤
  - 3 肉苁蓉羊腰汤
  - 4 肉苁蓉煲羊肉
  - 5 核桃花生煲鹿脚筋
- .....

四 食疗篇——祛湿消肿类

- 1 牛膝猪蹄汤
  - 2 莲子芡实板栗猪尾汤
- .....

· · · · · (收起)

[风湿骨痛食疗](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[风湿骨痛食疗](#) [下载链接1](#)

书评

[风湿骨痛食疗](#) [下载链接1](#)